

十二個風格各異的繪本漫畫，以顏色和線條勾勒出一幅幅生動活潑的復元圖像。復元路上或有高低起伏，但不變的是對美好生活的嚮往和深情。希望這本小書能為社區加添正能量，並令大眾進一步認識復元人士的生命故事和能耐。

謝樹基教授
香港大學社會科學院副院長

人生的路，不一定花開滿徑，更多的是荊棘滿途，但只要有人伴你同行，即使不幸患病，也能復元。《彩繪生命》由龍澄坊會員的真實故事組成，一幅幅感人肺腑的彩繪，為你細訴精神病康復者的復元點滴，令人讚歎生命的強韌。

許龍杰醫生
精神科專科醫生

從畫中看他們的世界，你會看得更多。想起他們人生中嘗到的甜酸苦辣，走過的陡峭懸崖比一般人多，要歷盡艱辛才能看見高山上的太陽，心中不禁泛起一陣悸動。別人多點理解接納，可讓他們重建自信，勇敢踏步迎向未來！誠意推薦大家放下手機，騰出時間，拿起繪本，去感受他們的內心世界！

葉韻怡女士
香港電台節目主持

閱讀書中故事，令我心窩懷著一份激動！簡潔感人的文字，風格迥異的插畫，娓娓道出我們復元人士的一段段不尋常的經歷，使我產生共鳴、百感交集。然而書中訊息洋溢希望，激勵我們同路人；化妝祝福的病給予我們不一樣的生命，揭開精彩人生的新一頁。

連鳳儀女士
朋輩支援員

彩繪生命

生命故事繪本



香港善導會
The Society of Rehabilitation and
Crime Prevention, Hong Kong

贊助



平等機會委員會
SOCIAL OPPORTUNITY COMMISSION

香港善導會簡介

香港善導會創立於1957年，為政府認可的註冊慈善團體。本會透過不同服務單位提供優質康復及多元化服務，以協助涉嫌觸犯法紀、曾違法及刑滿釋放的香港居民康復更生，並提供社區教育、預防犯罪及精神健康服務予社會大眾。

本會精神健康服務採用復元模式，以個人化及以人為本的介入手法，幫助服務使用者建立個人優勢及重注希望。本會精神健康服務包括2間精神健康綜合社區中心、4間中途宿舍、臨床心理服務及職業治療服務。

彩繪生命計劃簡介

是次計劃得到平等機會委員會贊助，目標是幫助精神復元人士重新探索自己的經歷，促使每位復元人士重整及建構自己的生命故事。本中心更邀請「MYIDEA-香港創意漫畫x插畫協會」及其他青年畫家以繪本的形式表達復元人士的生命故事，使公眾人士可更容易了解他們的故事，推動社會共融。

封面內頁

彩繪生命

序

序(一) - 沈秉韶醫生 I

序(二) - 吳宏增先生 II

生命故事繪本

達仁 - 走出抑鬱的沙漠 1

Amy - 誰為我「擔」遮 6

瑞蓮 - 柳暗花明 15

Pauline - 化了妝的祝福 24

Joanne - 我的鋼琴 34

健一 - 緊握吾母手 43

寶光 - 繪畫「心」重燃 52

Vinci - 金錢與理想的抉擇 61

少珍 - 自助・復元 70

淑儀 - 走過逆境，行出自強路 79

明蘭 - 重拾家庭溫暖 88

百合 - 希望在明天 93

你的迴響 102

十二位主角對你們的期盼 103-104

序（一）

想起九零年初本人在任葵涌醫院行政總監引入藝術在醫院計劃，聯手與一眾自願畫家在院內多處畫上多幅大作，令一般潔白無味的牆壁突然變身為七彩繽紛，充滿朝氣生趣的環境。院友，同袍，訪客人們精神一振，傳媒爭相報導，引起共鳴。其後多間醫院跟進推廣類同作活，精益求精。

有云人生如藝術，各施各法，天生我才必有用。表述方式因人而異，但是每人的故事都是獨特精彩的。

又有云一幅圖畫勝過千萬言。本書冊透過多位善導會會友至誠分享，並由一群年青畫家用心創作，圖畫裡生動有力見到他們的心路歷程，有喜有憂。在一段毫不一樣的過程活出自己，重返新生，走出陰霾，再見彩虹。

本人謹此向大家介紹這裡的人，物，景觀，五彩斑斕，寄望全人能與他們的創作產生共鳴，一起制作正能量，同步活出彩虹。

香港善導會
精神健康服務委員會主席
沈秉詔醫生

序（二）

每一位曾患精神病的朋友都有一段獨特的人生經歷。沒有人預計會有這麼的一個病，亦不知這個病什麼時候，為什麼會到臨。在發病初期，總會令人感到手足無措，失望頹唐。

漫畫故事的主人翁都體會了相同的經歷，但卻慶幸在最困難的時候，人間之情；哪管是親情、友情，都能把陷於深淵的他們拯救回來，而亦是人間之情，給予面對病況、面對治療、重建生活中的病人無比的力量。

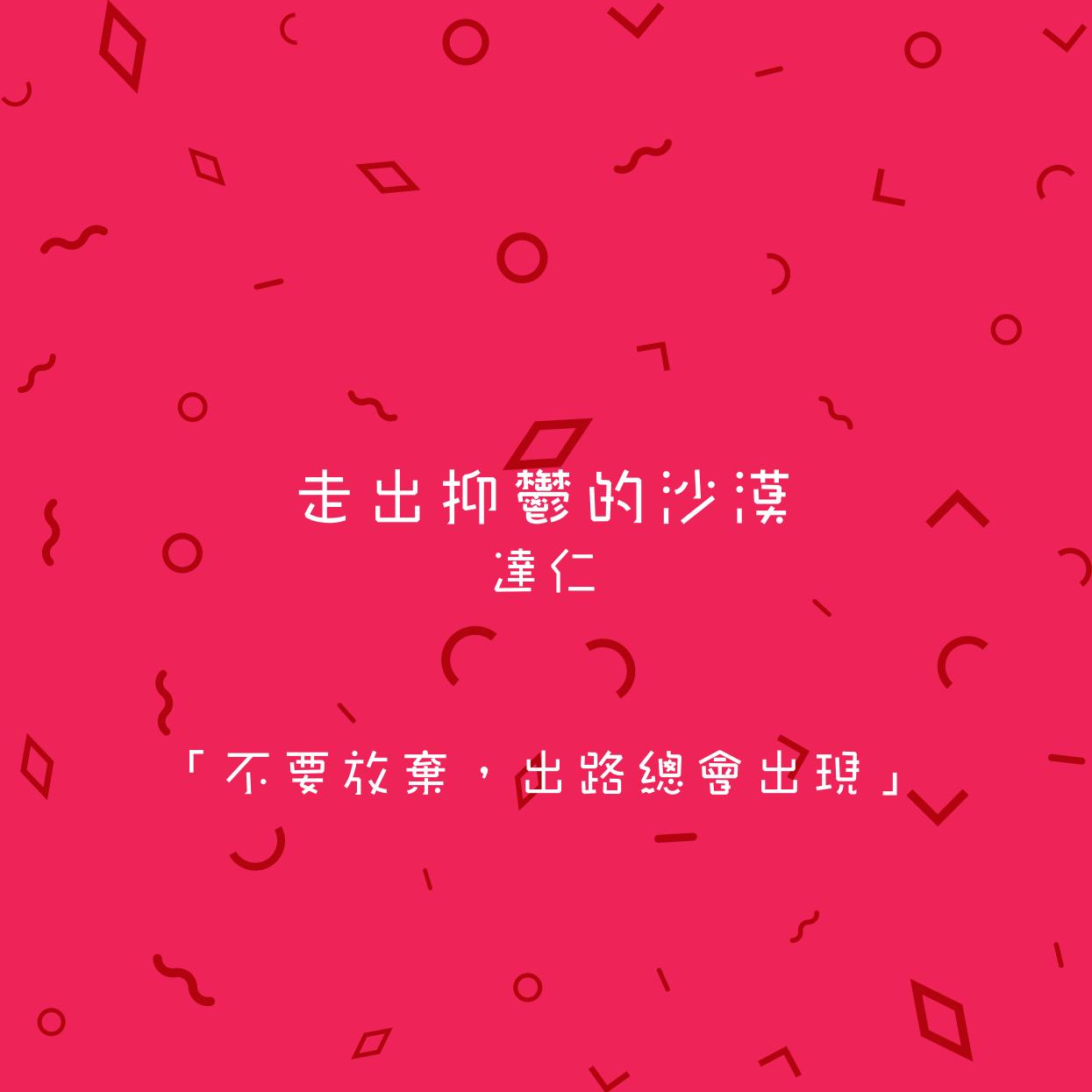
其中一個故事主人翁有這麼一段說話：「我們並非要去拾回以往擁有的東西，而是掌握身邊的資源，去開創更有意義的人生旅程。」

在復元的過程中，患者身心困苦，容易迷失方向，身邊的家人、朋友、專業人士等，便是患者最重要的資源，讓他們從新出發，開創更有意義的人生旅程。

這本小畫冊插畫精美，內容言簡意賅，幾幅圖像便充分訴說每位主人翁的故事，也讓人明白人間之情，社會關心接納，對精神病患者的復元，至為重要。

香港善導會
總幹事

吳宏增先生

The background is a solid red color with scattered white geometric shapes including circles, diamonds, and wavy lines. The text is centered in white.

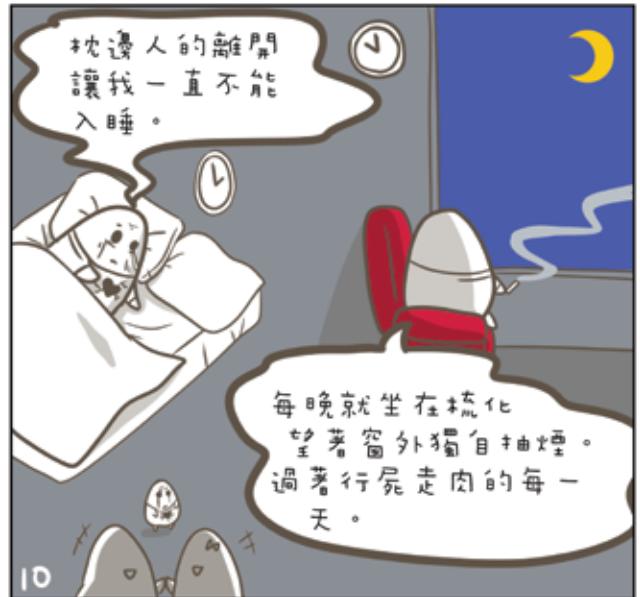
走出抑鬱的沙漠
達仁

「不要放棄，出路總會出現」

達仁生命故事小組故事集









誰為我「擔」遮

Amy

「只有下雨天才知道誰是為
我們「擔」遮的人」

我的復元故事，正是見證著與家人之間的互相支持和堅持。沒有人喜愛下雨天，但只有下雨天才知道誰是為我們「擔」遮的人。



約十年前，我家對面搬來了一個紋身大漢。我擔心讀中學的兒子會因此被教壞，所以對這個紋身大漢特別有戒心。久而久之，這些恐懼讓我帶來了幻聽和幻覺。



當時我確信那些幻聽、幻覺是真實的，不認為自己患有精神病。每次家人勸我看醫生，我也有會激烈抗拒。最終在家人軟硬兼施下，我才不情不願到診所見醫生。



儘管醫生確診我患有思覺失調，我仍然不相信，好抗拒服用藥物。有一次兒子跪在地，懇求我服下這些藥物早日康復。這份愛母之心，讓我突然醒覺，不可再讓兒子因自己而哭斷肝腸，我抱起兒子並答應接受治療。



經歷了兩年半的治療，幻聽和幻覺開始減少，現實感也增加了。社康護士建議我到龍澄坊接受輔導及參與活動，我接受護士的意見，成為龍澄坊的會員。



端午送溫暖



加入龍澄坊後，我積極參與活動，也開始參加互助小組及義工活動，漸漸地我的幻覺幻聽也逐步減少。

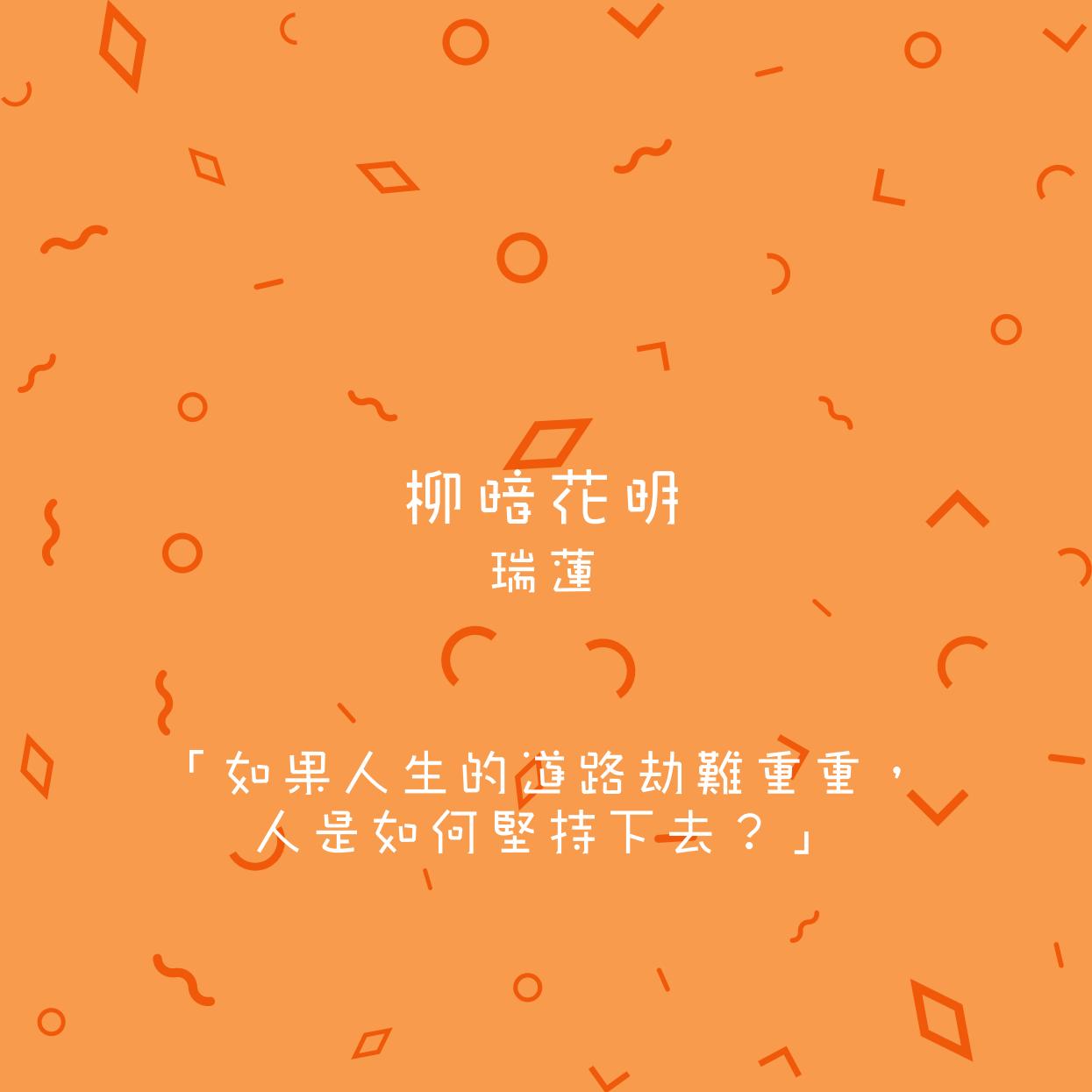


儘管在患病期間失去工作，也跟不少朋友失去聯絡，但我在康復後亦漸漸建立新的社交圈子，找到人生的新的意義。



人生總會帶著一些遺憾，但在復元路上，我們並非要去拾回以往擁有的東西，而是掌握身邊的資源，去開創更有意義的人生旅程。希望和其他同路人共勉之！



The background is a solid orange color with a repeating pattern of various geometric shapes in a slightly darker shade of orange. These shapes include circles, diamonds, wavy lines, and L-shaped corner brackets, scattered across the entire page.

柳暗花明
瑞蓮

「如果人生的道路劫難重重，
人是如何堅持下去？」

曾聽人說過「山重水複疑無路，柳暗花明又一村」。如果人生的道路波折重重，人是如何堅持下去？相信前路會豁然開朗？



媽媽常對我說：「要努力做好妻子的角色，否則會丟家人的臉。」婚前，父母好疼惜我，幾乎不用做家務；婚後，我不敢忘記母親的教誨，每天都忙著做家頭細務，壓力便逐漸累積起來。



婚後不久，父母的健康日差。先是父親因哮喘過身，後有母親因腦退化而入住老人院。作為獨生女，我要獨自負上照顧母親的責任。



我要學懂如何籠絡院舍的女工，又要每天幫母親抹身，還要陪她定期覆診。假如沒有丈夫幫我分擔，我難以獨力渡過這段日子。

母親在院舍住了十多年後，便過身了。天意弄人，丈夫不幸地患上鼻咽癌和睡眠窒息症，需每晚使用睡眠呼吸機。我由照料母親轉為照料丈夫。由於他的病情不太穩定，每晚隨時起床送丈夫入院，因此我總是穿著便服就寢。幸運地，經過五年的治療，病情終於穩定下來。



當我覺得可以鬆一口氣時，醫生告訴我患了尿道癌，要做手術把腫瘤及一個腎移除！我不想再面對命運的折磨。於是，告訴醫生我「睇化」了，是時候要放下，便拒絕做手術。想不到醫生以佛家的說話反駁，指出我執著成敗得失。要不是醫生「點醒」我，加上丈夫對我的照料，我便不會康復。



身體的病患康復後，我本著學習及勇於嘗試的心態參與不同的活動。由打泰拳、行天橋到社區導賞員，參加了各式各樣的興趣小組及義工活動，全是以往沒有想像過的事。這是我人生的轉捩點，令我的生命變得多姿多彩。





龍澄坊義工攝影比賽

我最開心的是在龍澄坊學習攝影，可以帶著一部單鏡反光相機和朋友四處影相。有一次我拍攝的一幅相得到義工們投票為最優秀作品。攝影讓我得到認同，也使我生命再展光彩。

我人生算得上是一波三折，在一個又一個的困境中，幸得到丈夫和好醫生的扶助，讓我每每在即將絕望的一刻得見轉機，最終「柳暗花明又一村」，使我往後的生命大放異彩。希望在此寄語讀者，即使身處絕望也不要放棄，堅持下去總會有轉機！



化了妝的祝福

Pauline

「在病患的過程中，
我重新感受到母親的愛」

我出生於一個基層的家庭，
年幼時住在橫頭磡的木屋區。











入院期間，媽媽每天
都提着飯壺，走過
斜坡到葵涌醫院，
送來熱湯及食物。

她送來的不但是裹
腹之物，還送來一
份支持和久違的愛。



接着的兩三年，
再也找不到全職工作，
便專心放一個悠長假期。

出院後，先後做過四份工作，
但受著精神病的困擾，
工作最多只維持一年。
每份

在悠長假期裡，媽媽沒要求我給家用，又給我住的地方。媽媽只是默默地支持我，並沒有給予我如「找工作吧」等建議，給予我空間好好地休息及尋找未來的方向。







回望過去，發現這是一個「化了妝的祝福」。因為在病患的過程中，重新感受到母親的愛。即使有一天媽媽離開了，但她的愛會長留心中，成為我日後面對困難的動力。

我的鋼琴夢

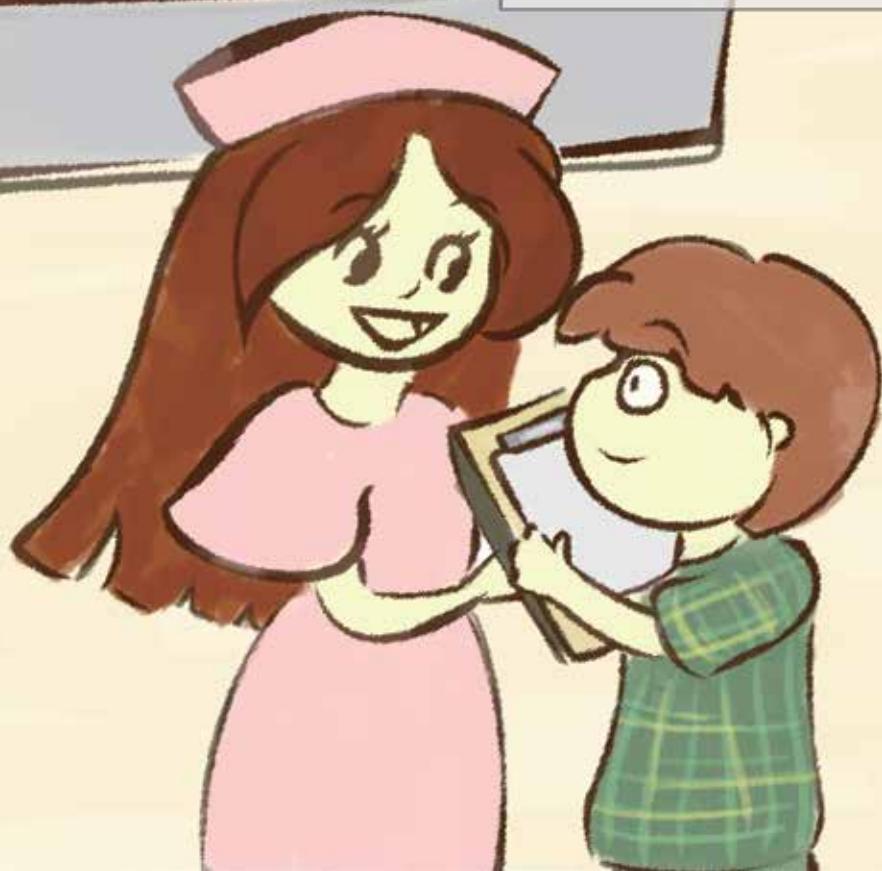
Joanne

「我們也需要有「永不放棄」的心，
去完成一個又一個的難關，
走出屬於自己的一片天空。」

我在一個平凡的家庭長大，有父母及姊姊；
然而，我發覺自己和其他小朋友有一點不同，
我的手指和腳趾都是黏在一起的。



五歲時，我到醫院進行手術，將手指分開，以便日後的生活。在療養期間，我在醫院協助姑娘派排板，也會和其他的小朋友一起玩耍。





在醫院裡，一位外籍的物理治療師教我玩電子琴，這位啟蒙老師令我對鋼琴產生濃厚的興趣；其後，姊姊在家中教授我鋼琴直至五級。爲了可以達到更高的級別，我繼續到琴行學習鋼琴。



最終，我成功考獲八級鋼琴，肯定了自己十多年的努力。我希望可以成為鋼琴導師。可惜，一次又一次的面試，也同樣一次又一次的失敗和被拒絕。



雖然不斷經歷失敗，但我沒有放棄自己成為鋼琴導師的夢想。我最終獲得琴行受聘成為鋼琴導師。

又又又琴行





琴行的工作，使我十分愉快和有成就感。不但可以在小小的琴室內教授小朋友，也可以在這小小的空間完成我的夢想。琴室內的擺設有不同的音符、鋼琴和拍子機。雖然簡單，但卻是美麗的。



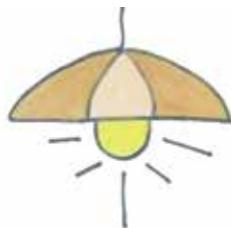
經過長時間的工作，我的僱主認同我的能力和讚賞我的工作態度；而且，不少家長也感謝和欣賞我對小朋友的教導，使我對教琴工作更有熱誠。



人生好像一段段迂迴曲折的小徑，因為需要鍛鍊才会有成功的一天；同時，我們也需要有「永不放棄」的心，去跨過一個又一個的難關，走出屬於自己的一片天空。

緊握吾母手
健一

「我很感謝媽媽，
她就好像把我由黑暗的山洞中帶去光明」



很多人的童年總是盛載了父母的回憶，但父母在我童年中的角色卻是淡薄的，因為我自小與祖母居住，與父母反而很少機會見面。





11歲那年，嫲嫲因交通意外去世，於是我便和父親同住。從此，我需要打工賺取生活費。

我做過送書、搬運、紡織廠等工作，工作不但辛苦，還經常要提防被揭發從事非法量工。



過了幾年，我到父親的一間士多工作。有一天，我不小心打破了一個大玻璃樽，手臂被割開了一個寸多深的傷口，鮮血一下子湧了出來，我的意識也立刻變得模糊。幸好途人見到我受傷，合力把我送入院。

出院後，我的手臂不能動彈，父親卻不讓我覆診，要我繼續工作。於是，我偷偷離家投靠媽媽。我由柴灣一路走到天星碼頭，問途人借錢搭渡輪，在不知道確實地址情況下找到媽媽！她見到我的時候，立刻緊緊抱住我。



媽媽的情況其實很窮困，她沒有自己的居所，每晚也在工作的五金廠睡覺。即使媽媽在這困境下也沒有視我為負累，毫不猶豫照顧已成殘疾的我。每想到此，我也非常感動。



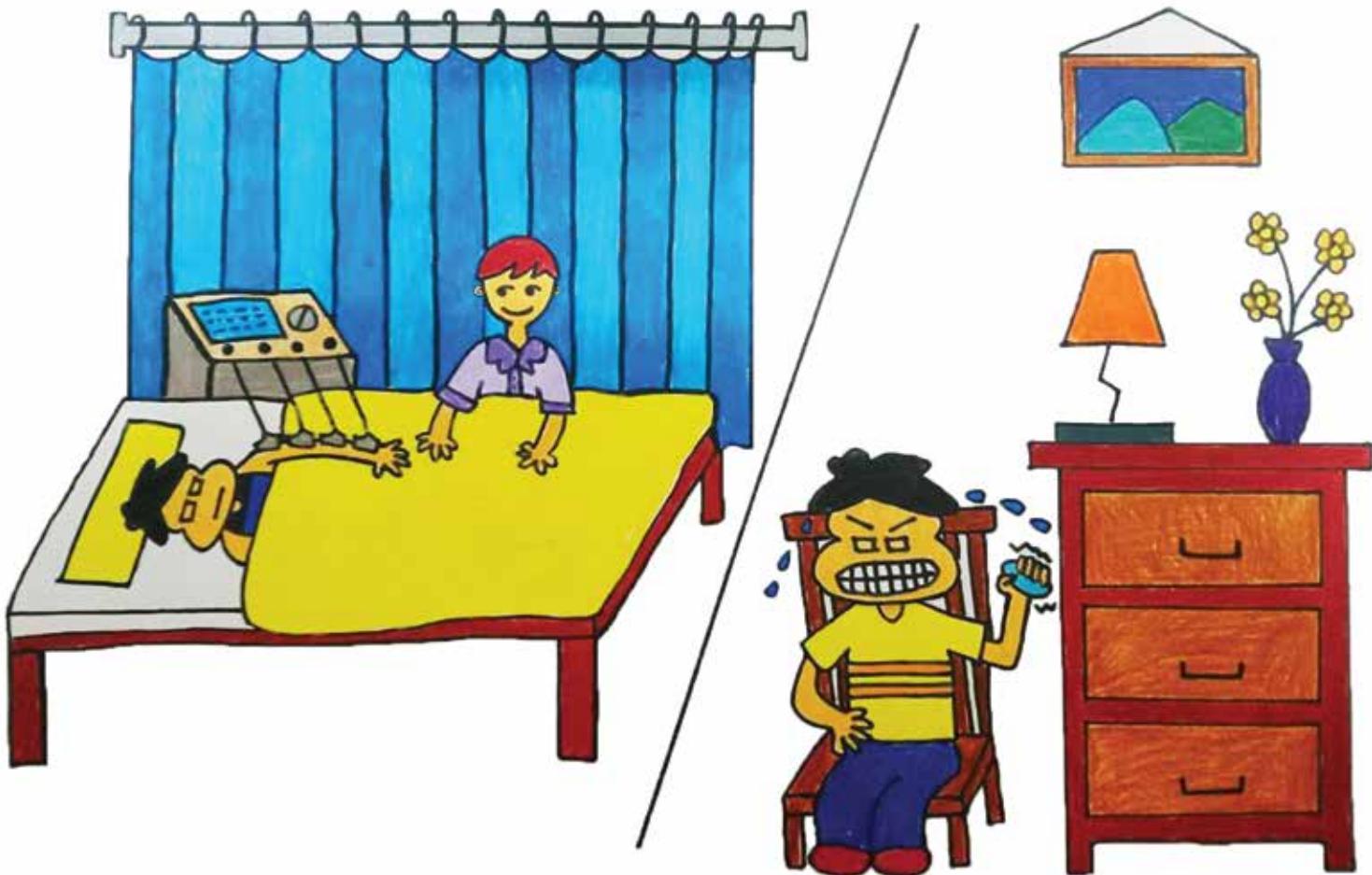
仁心仁術

後來，媽媽帶我去全港最出名的神經科醫生求醫，但醫生說我的神經線已斷超過半年，沒有醫治的可能。



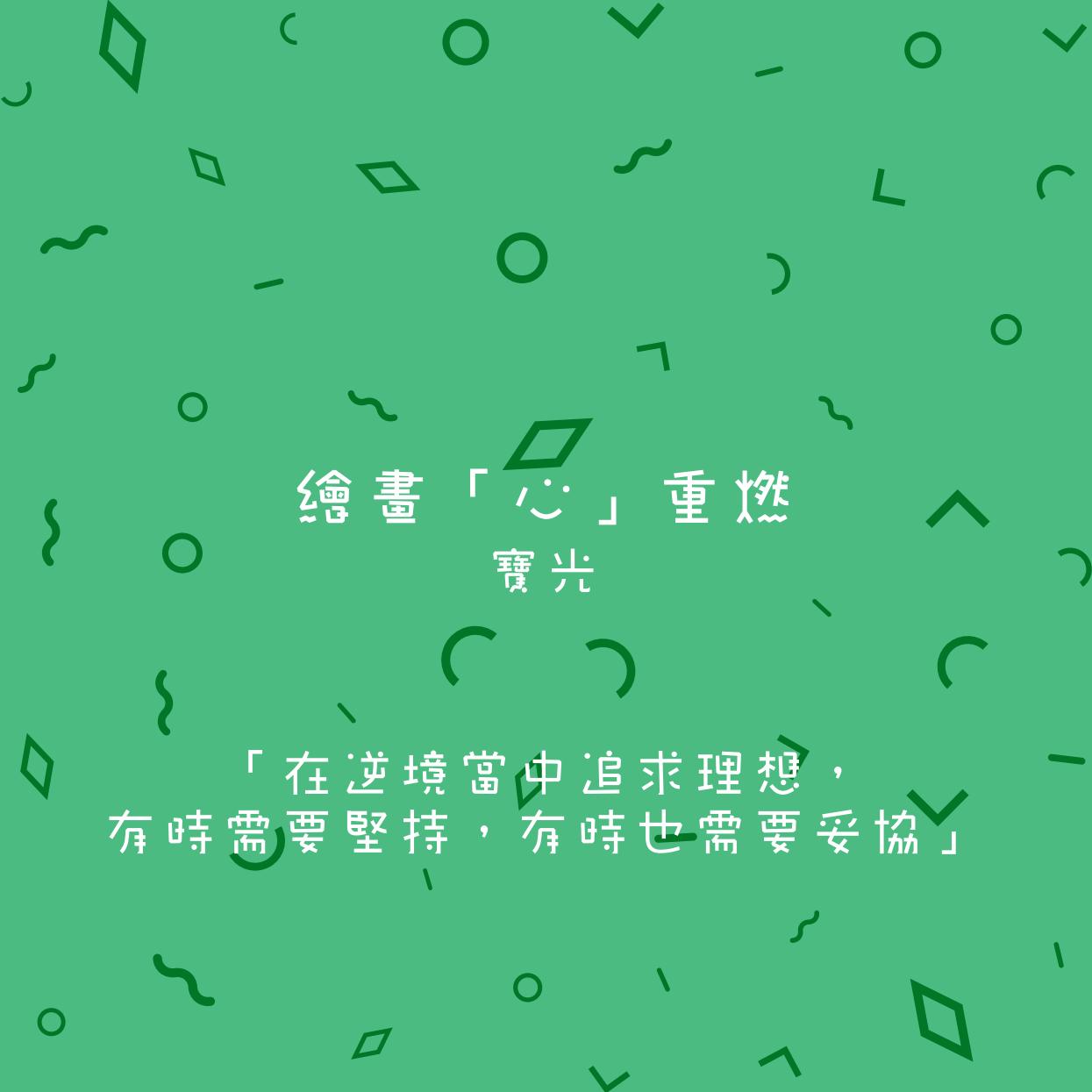
母親聽罷立刻跪在地上，說：「求你醫我的兒子，即使用我的神經線也可以！」
醫生抵不住母親的哀求，答應替我施手術，但再三重申很大可能是沒有成效。

手術後，醫生為我安排物理治療，又教我如何鍛鍊自己的手臂。康復的過程漫長而艱辛，我亦不下一次有放棄的念頭，但也只是一閃而過，我仍然堅持繼續治療。



現在，我手臂機能的回復已遠遠超越當日醫生的評估。我很感謝媽媽，她把我由黑暗的山洞中帶去光明。如果我不是找到了媽媽，得到她悉心的照顧，我的人生就會變得不一樣。





繪畫「心」重燃
寶光

「在逆境當中追求理想，
有時需要堅持，有時也需要妥協」

我是一個畫家。在香港要以畫謀生，殊不容易，我在當中經歷不少辛酸，在逆境當中追求理想，有時需要堅持，有時也需要妥協。





我的父親及兩個哥哥也是畫家，因此我在他們的薰陶下也愛上畫畫。長大後，我和爸爸一起於勝利道開了一間藝術中心，以前舖後居的方式經營。我招收畫畫學生，以及接受外地的訂單畫畫，算得上是足夠生活有餘。



好景不常，自大陸改革開放後，不少訂單改往內地，我們的生意一落千丈，藝術中心也沒有辦法經營下去。我不止失去了工作，也失去了安穩的居所。



畫畫是我唯一的興趣，也是我唯一的手藝。因此，在藝術中心結業後，我堅持從事畫畫的工作。我曾經到聖誕卡廠畫聖誕卡、毛公仔廠畫公仔樣板，亦曾為餐廳畫壁畫。可是，這些工作最多也只能維持數年，這些公司或因環球經濟不景，或因工廠向大陸遷移而結業。

我年紀漸大，再也找不到一份畫畫的工作。經過一番掙扎，我只好到冷喉工廠擔任冷氣喉製作。過去的數十年，我是「揸筆」維生，現在這雙手只可包冷氣喉。但為了生計，我需要工作。過了幾年，工廠又再倒閉，我又轉做保安了。





任職保安期間，我竟遇上了一位經營畫作買賣的住客。與她閒聊期間，她知道我擅長畫畫，於是間中會給我一些畫畫訂單。雖然薪酬微薄，但可以重拾畫筆謀生，我已經感到好滿足。

我從保安業退休後，巧合地加入了龍澄坊。龍澄坊邀請我做畫班導師，專職教導會員素描和水彩畫，令我從中得到很大的滿足感。我一方面閒時接畫畫訂單，另一方面教班，使我好像重返藝術中心的時光。



梅花不畏霜雪嚴寒，吐蕊開放。
其實做人也應和梅花一樣，面對逆境時，
也不要忘記自己的志向。如果客觀環境不
容許自己達到自己的目標，不妨暫作妥協，
留意每一個機會，最後總會開花結果的。



金錢與理想的抉擇

Vinci

「不要輕言屈從現實，
勇於發展自己的專長！」



我自小便喜歡畫畫，讀書也選擇讀平面設計。然而，在興趣和現實之間，到底如何選擇？我曾經選擇屈從現實，也試過依心而行。



我自小的人際關係較弱，不論是中學還是專上學院，同學也排擠我。終於，我就讀專上學院時因精神及情緒狀態變差而求醫。



畢業後，家人不想我枯坐家中，便安排我去擔任保安工作。保安行業既不是我的專長，也不是我的興趣，但因為薪酬吸引，因此勉強自己返工。做了大半年，精神狀態變得更差，不得不辭工。



離開保安後，我於一社福機構接受工作培訓。期間，我主要做書刊排版的工作，雖然薪酬待遇與保安相差甚遠，但我卻做得很快樂。

在那社福機構工作期間，我不時會參與其他殘疾人士的分享，每次見到他們即使身有殘疾，也可以對社會作出貢獻，對我有很大的鼓舞，慢慢改變我的負面想法，以及接受自己的病患。





香港善導會

在完成工作培訓後，我又再因現實考慮而重投保安行業。在不愉快的情況下渡過幾個月便離職，而自己的病情又轉差了。後來，我輾轉接觸到龍澄坊。

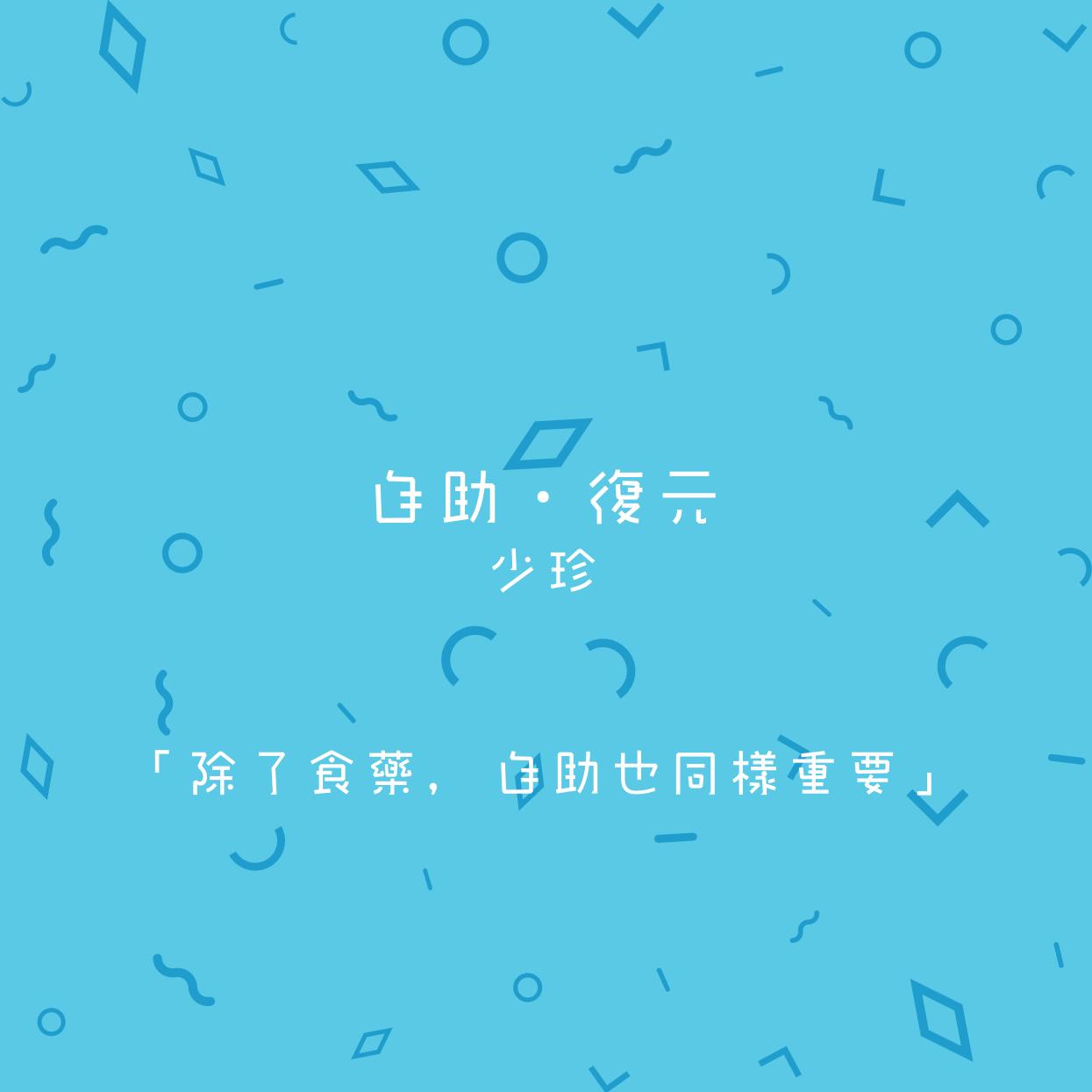


我在社工的鼓勵下，開始幫龍澄坊設計活動海報、單張及橫幅。後來我亦協助設計中心通訊的封面及排版工作。有一次，我的海報設計更得到嘉許狀。





勉強做一份自己不感興趣的工作，雖然可以賺到金錢，但卻毫不快樂；做設計和排版工作，薪酬微薄，卻可獲得別人的肯定及滿足感。我希望未來可以堅持自己的方向，也寄語年輕人不要輕言屈從現實，勇於發展自己的專長！



自助・復元
少珍

「除了食藥，自助也同樣重要」

一般傷風感冒食過藥休息三五天就會康復，但患上精神病，除了食藥，自助也同樣重要，更要預備面對一條曲折的復元之路。



我中二便要出外打工幫補家計，那時我到工廠大廈內的招工牌搵工。我選擇到電子廠做裝配工作，不久更被上司賞識而調往品質控制部。我在電子廠更認識了我丈夫。



照顧妹妹

婚後，我要兼顧返工、家務、湊女，在龐大的壓力下支撐了兩年。與此同時，我的妹妹突然患上精神病，我要兼起照顧妹妹的責任，那成為了壓垮我的最後一根稻草，不久我也被送往醫院。



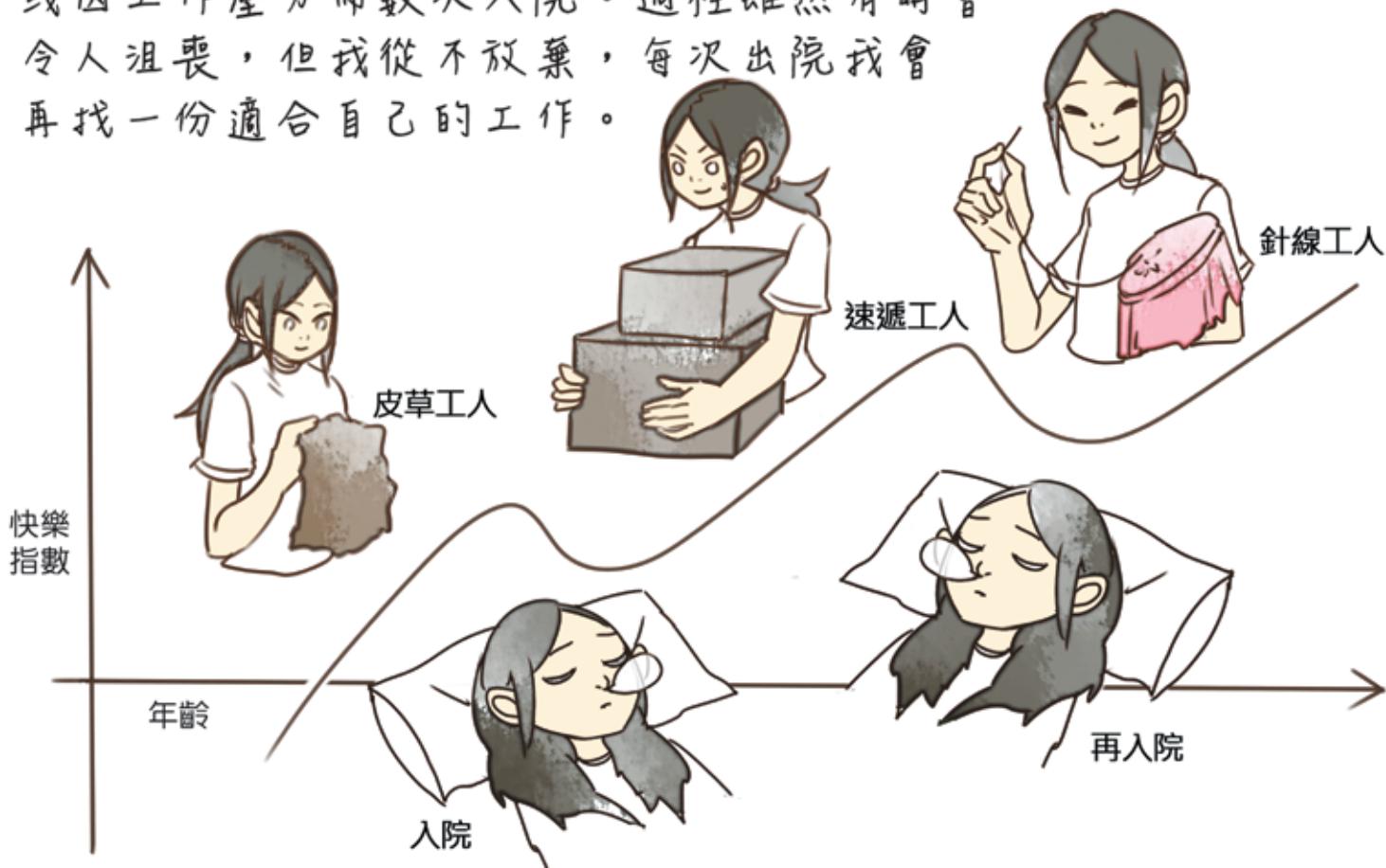
出院的頭半年，我差不多每天也在睡覺。除了食飯、去廁所之外，我整天也黏在床上。那時我覺得一日睡24小時也不足夠。



直至有一天覺得不可以繼續睡下去，覺得人需要寄託，於是我決定重新工作。自知全職工作對我來說太吃力，於是我的目標是找一份工時不長的工作。



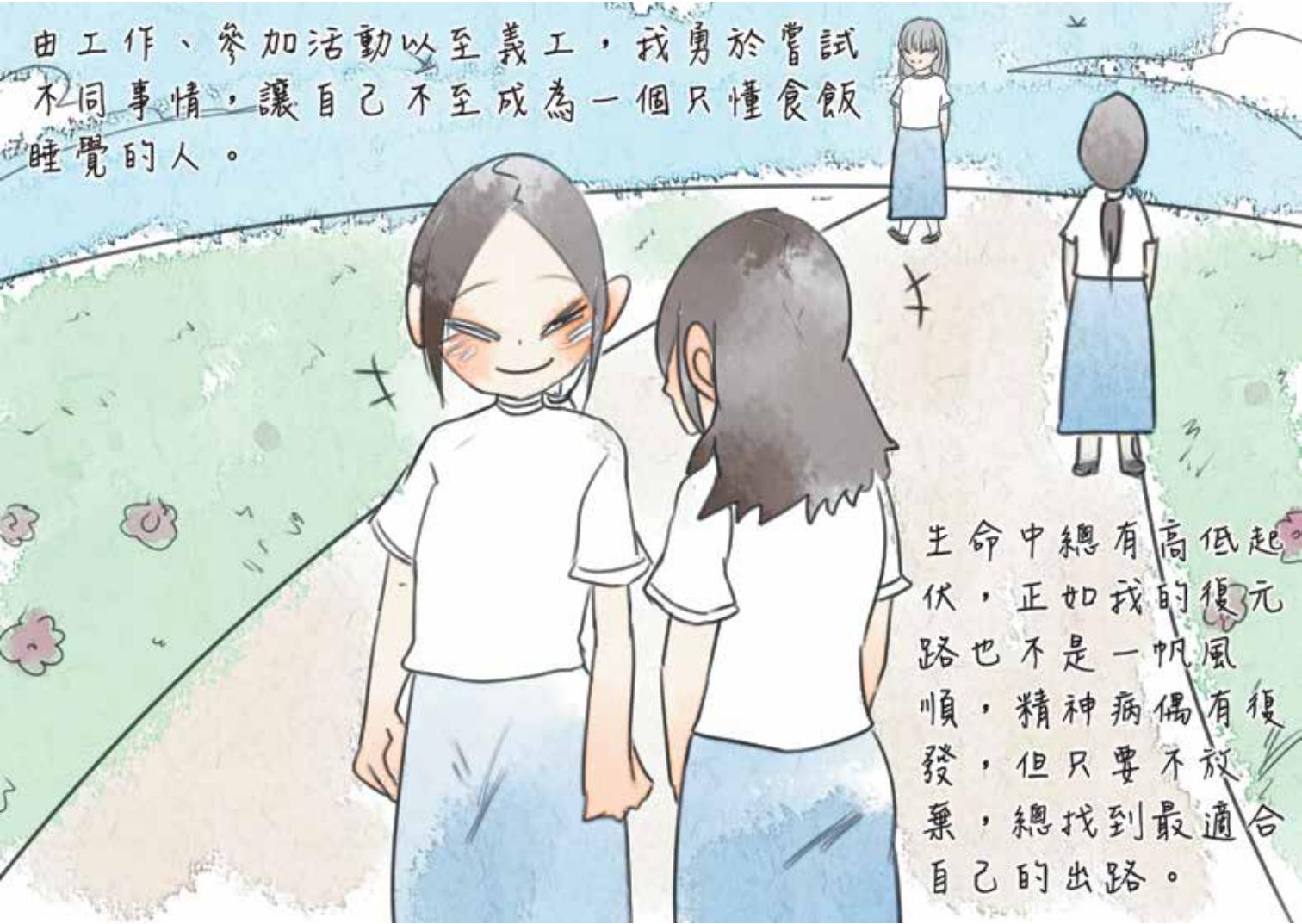
我輾轉做過不同的工作，亦因為搵工壓力，或因工作壓力而數次入院。過程雖然有時會令人沮喪，但我從不放棄，每次出院我會再找一份適合自己的工作。



2008年退休以後，我轉而從參與社區活動尋找寄托。後來，我更做了義工。我從中結識了不少朋友，又學到不同的東西，又可以發揮自己所長，幫助有需要的人。在最近五年，我已沒有再入院了。



由工作、參加活動以至義工，我勇於嘗試不同事情，讓自己不至成為一個只懂食飯睡覺的人。



生命中總有高低起伏，正如我的復元路也不是一帆風順，精神病偶有復發，但只要不放棄，總找到最適合自己的出路。



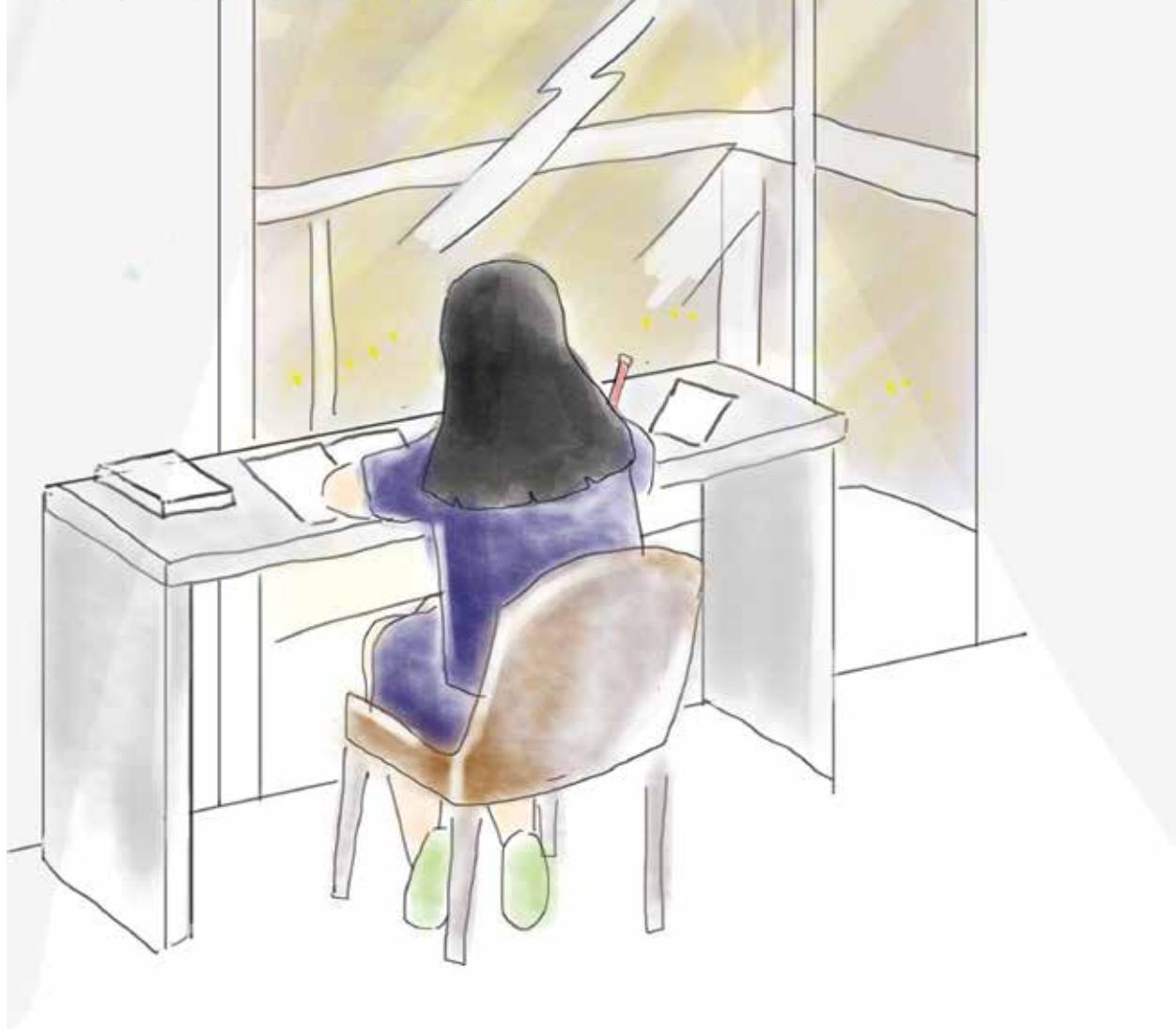
走過逆境，行出自強路
淑儀

「只要有向上的心便
可以爬得更高的位置」

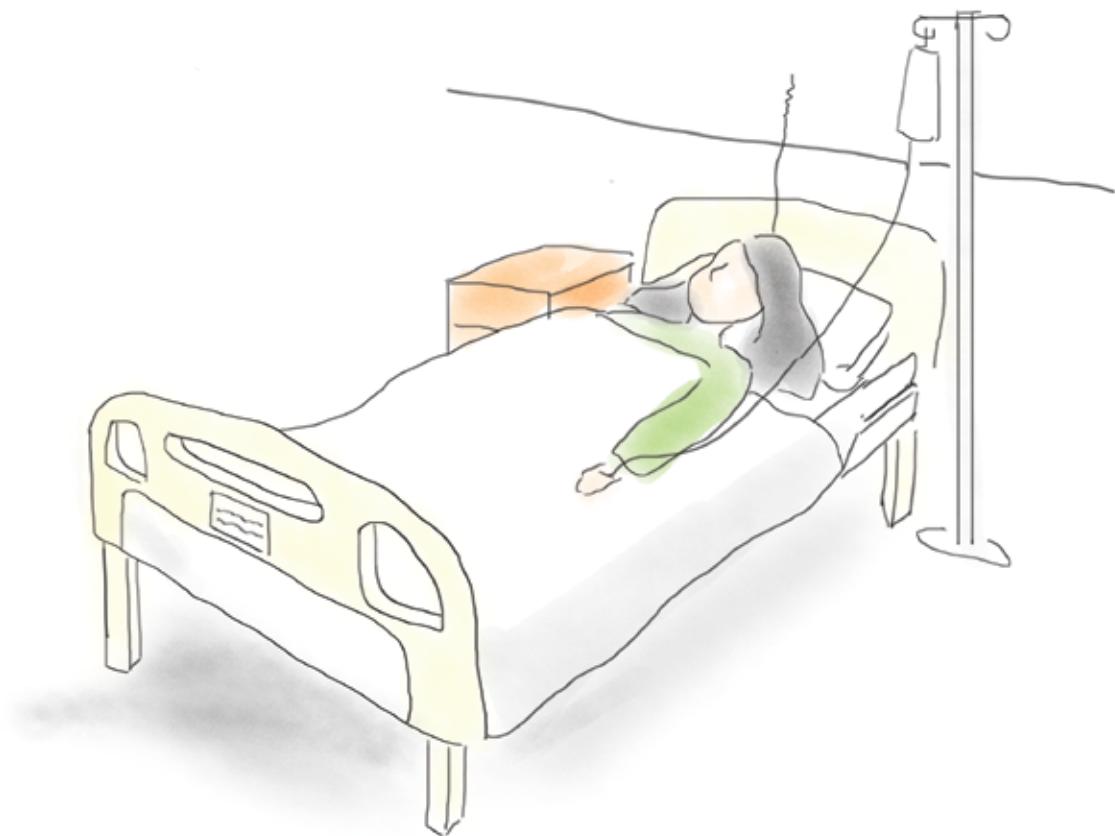


我出生在一個幸福的家庭。
小時候，我和兄弟姐妹一起玩玩具，分享快樂。
當時，生活是無憂無慮和快樂的。

中五期間，我每晚努力地溫習書本，希望可以為會考作最好準備。
那時候，我坐在露台的書桌前，一直溫習到凌晨，甚至天亮。



可能是過份勞累，經過三晚通宵溫習後，我倒下了。
家人將我送往醫院，我初時病情十分嚴重，連蓋被褥
的氣力也沒有。





在家人和醫護人員的照料下，我康復出院，也在第二次的會考中獲得優異的成績。

然而，好景不常，在我畢業後不久，爸爸過身了。當時，我感覺到整個世界也是黑色的，自己也只懂得哭。為了穩定自己的情緒，我再度入院治療。



出院後一年，我學懂了重新振作去克服爸爸離開的痛。
為了賺取金錢以幫補家計，我在一間大公司任職營業助理、文書處理及接聽客戶電話。





其後，我辭退了文職工作，在家中開設私人補習班，那時我有十位學生，除了幫他們核對功課外，還教導他們溫習考試和默書。雖然只是短短的三年，但我覺得自己更有價值。

其後我到了善導會龍澄坊，參加了不同的活動。更重要的是，我擔任了不少的義工服務，例如：擔任社區導賞員、參加朋輩支援員訓練，和成為樂聚友元人核心小組的成員。

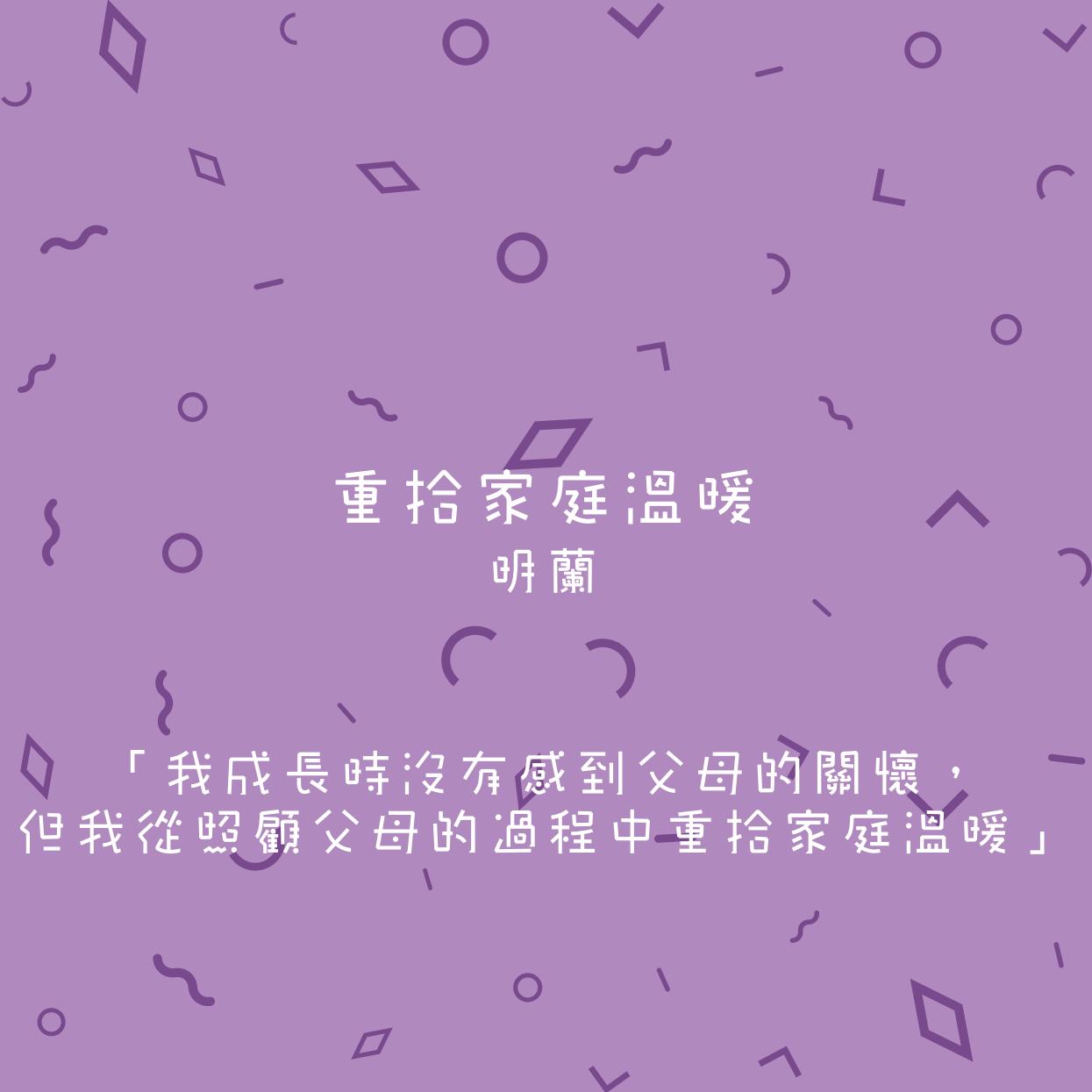
參加不同的中心活動，使我找到新的人生目標和意義。

寶石戲院 LUX THEATRE





人生總有不少的困難和痛苦，我覺得人生就像一段向上行的樓梯，只要有向上的心便可以爬得更高的位置，要秉持「自強不息」的信念。



重拾家庭溫暖 明蘭

「我成長時沒有感到父母的關懷，
但我從照顧父母的過程中重拾家庭溫暖」

我出生於一個基層的家庭，我和家人日夜「穿膠花」、「油公仔」賺錢。一家人食飯、遊玩對我來說是奢侈的願望。



父母在家中總是爭吵不休，每次鬧交，我便鑽進被袋，拉上拉鍊，雙手掩著耳朵，希望家中快點安寧下來。



雖然家境貧困，但媽媽教我做人要有骨氣，唔好「縮飲縮食」，因此學校小息不要跟同學到小賣部。



每天我見到同學們在小賣部分享零食，而我則只可孤單地在一旁羨慕。

因此，我整個學校的生活也幾乎沒有朋友。







另一方面，我嘗試多些擁抱我的父母，一開始他們不習慣，但漸漸也不再抗拒。在這段時間，我和父母的關係重新建立起來。



我不少親友也出現了情緒問題，因為我有患病的經驗，所以我更易理解他們，也知道如何去援手關心他們。



我成長時沒有感到父母的關懷，但我從照顧父母的過程中重拾家庭溫暖。鬱躁症讓我懂得如何幫助其他親友。



雖然我現在既要照顧母親，又要做工作，但我全不以為苦，反而很享受充實的生活。

我希望未來分享自身的經歷，幫助更多的同路人！



希望在明天
百合

我曾經問過女兒：
「你下一世還做我的女兒嗎？」
女兒說：
「媽媽，我三世都要做你的女兒。」

我的爸爸是一個勤勞、顧家、節儉的好男人，從小便對他充滿敬佩之情。在我三歲的時候，媽媽過不了身，爸爸身兼母職，擔起一個四口之家的重擔。



兩個人從相識、相戀到結婚，當中經歷許多困難，排除萬難才可以走在一起，終於我和丈夫結婚了。



可惜緣聚緣散,婚變留給我的只有
刻骨銘心的痛、徬徨,
真是生不如死。



曾經有輕生的念頭，刀子也放在身旁，幸好女兒的哭聲，喚醒我回到現實，不再沉迷於痛苦與負面思想中。



當我在苦海中浮浮沉沉之際，
一個兒時的朋友開解我，她
說：「人生總有順境逆境，現
在是你人生最失意的時候，就
好像黎明前的黑暗，很快便會過去。」



當太陽升起的時候，所有失意、
苦痛都會消失，你的女兒就是你的
太陽、希望。你要好好的生存
下去。」





我收拾好自己的心情，
決定以爸爸為榜樣，做個
稱職的單親媽媽。



女兒是上天賜給我最好的
貴禮。母兼父職的
我要加倍愛錫她、教導
她。女兒也陪伴我度過
許多艱辛歲月。這個過
程，令我學識了堅強，
坦然面對逆境。



我曾經問過女兒：「你下一世還做我的女兒嗎？」
女兒說：「媽媽，我三世都要做你的女兒！」



希望在明天!當你決定要放棄的
時候,記住,不要輕言放棄!平凡
的世界會因你而改變!

你的迴響...

12位主角的生命故事，有甚麼片段、字句令你印象深刻？

看了他們的故事，為你的生命帶來甚麼不同？

你對精神復元人士的有甚麼新的認識？

如果你認識的人遇上精神病困擾，你會如何與他們相處？

你可以來「香港善導會龍澄坊facebook」留低你的回應
www.facebook.com/vitalityplace2016

十二位主角對你們的期盼…

以對待平常人的
心態對待我



達仁



Amy

會以友善的態度
和我相處

不要歧視我們



瑞蓮



Pauline

接納復元人士，
讓我們也有機會
貢獻社會

多啲聘用復元
殘疾人士吧！



Joanne



健一

正確認識復元人士

將心比心



寶光

不要標籤復元人士，
多些欣賞和尊重我們，
讓我們都能發展潛能



Vinci

和諧相處



少珍

多些關心我們



淑儀

對復元人士可以包容、
接納、支持、鼓勵



明蘭

多些接納，
多些諒解



百合

彩繪生命 - 生命故事繪本

出版：香港善導會龍澄坊

督印：總幹事 吳宏增、副總幹事 李淑慧

編輯小組：梁慧貞、陳健權、許睿知、葉世銘、葉榕漢

故事撰寫：

達仁、Amy、瑞蓮、Pauline、Joanne、健一、寶光、
Vinci、少珍、明蘭、百合、許睿知、葉世銘

繪畫：

Miranda DaDa - 走出抑鬱的沙漠、重拾家庭溫暖

C02 - 誰為我「擔」遮

阿虫 - 柳暗花明

A聰 - 化了妝的祝福

吳文宓 (Oliver Fuk) - 我的鋼琴夢

厘米 - 緊握吾母手

Pizza、寶光 - 繪畫「心」重燃

Chayne Tang - 金錢與理想的抉擇

御太 - 自助·復元

Lily Lau - 走過逆境，行出自強路

Horizon-GLUES - 希望在明天

排版設計：WHI Design

出版日期：二零一七年三月

版次：第一版，印量一千本

版權屬香港善導會擁有

此書獲平等機會委員會贊助



香港善導會
The Society of Rehabilitation and
Crime Prevention, Hong Kong

香港灣仔軒尼詩道15號溫莎公爵社會服務大廈603室

☎ (852) 2527 1322

☎ (852) 2865 1089

✉ info@sracp.org.hk

@ www.sracp.org.hk



☎ (852) 2511 8211

